



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Münch, Heiko

Verein: SC Impuls Erfurt

Startnummer: 1142

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:13

Geschwindigkeit: 13,57 km/h

Laufleistung: 4:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 130 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 122 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 46(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde	2,00	8:56	4:28	55	2:18	156	2:53	2,00	8:56	4:28	156	0:26	457	0:26
Runde	2,00	8:37	4:18	38	1:46	109	2:31	4,00	17:33	4:23	140	3:15	396	5:15
Runde	2,00	8:50	4:25	41	1:42	113	2:36	6,00	26:23	4:23	138	4:43	393	7:51
Runde	2,00	8:59	4:29	44	1:59	118	2:43	8,00	35:22	4:25	138	6:23	393	10:34
Leichtathletikhalle	2,00	8:51	4:25	56	1:56	141	2:40	10,00	44:13	4:25	46	9:41	123	17:45